

Liikuntalääketieteen päivät 2021 – suulliset tutkimusesittelyt

keskiviikko 1.12.2021 klo 15.20–16.20

Sessio 1: Liikunta ja metabolia

Iso auditorio | pj. Maarit Piirtola

15:20	Jooa Norha (esitys etäyhteydellä)	Päivittäinen seisominen ja paikallaanolo ovat yhteydessä kivusta koettuun haittaan ylipainoisilla tai lihavilla aikuisilla
15:26	Antti-Pekka Rissanen (esitys etäyhteydellä)	Insuliiniresistenssillä ei ole itsenäistä yhteyttä aerobiseen kapasiteettiin eikä sen osatekijöihin
15:32	Juuso Rissanen	Insuliiniresistenssillä ei ole itsenäistä yhteyttä aivojen happeutumiseen eikä subjektiivisesti koettuun rasittavuuteen akuutissa dynaamisessa rasituksessa
15:38	Taru Garthwaite	Paikallaanolon vähentäminen vaikuttaa suotuisasti tyypin 2 diabeteksen riskitekijöihin aikuisilla, joilla on metabolinen oireyhtymä
15:44	Tanja Sjöros	Istumisen vähentäminen alentaa paastoinsuliinia, muttei paranna insuliiniherkkyyttä aikuisilla, joilla on kohonnut diabetesriski – satunnaistettu kontrolloitu tutkimus
15:50	Eero Haapala	Onko kardiorespiratorinen kunto metabolisen oireyhtymän piirre?
15:56	Elina Mäkinen	Peritty huono aerobinen suorituskyky ja sitä seuraava lihavuus lisäävät tulehdusta ja vähentävät aivojen muokkautuvuutta
16:02	Sanna Lensu	Voiko ulostesirolla muovata huonoa perittyä aerobista suorituskykyä ja metabolisten sairauksien riskitekijöitä?
16:08	Taneli Lehto	Fibromyalgiaa sairastavien akuutit rasitusvasteet
16:14	Emilia Lähteenmäki	Akuutti voimaharjoitus ja sen kuormituksen työmäärä vaikuttavat mononukleaaristen valkosolujen soluhengitykseen

Sessio 2: Urheilijan terveys

Kokoustila Carl Gustav | pj. Leena Kurtti

15:20	Sanna Weurlander	Terveillä harjoituspäivillä tavoitteisiin – paraurheilijoiden vammojen ja sairastuvuuden monitorointitutkimus käynnistynyt Suomessa
15:26	Einari Kurittu	Urheiluvammat piinaavat suomalaisia huippujalkapalloilijoita
15:32	Suvi Ravi	Rajoittunut syömiskäyttäytyminen, syömishäiriöt, kuukautiskierron häiriöt ja vammat urheilijoilla
15:38	Johanna Ihalainen	Pilottitutkimus RED-S osatekijöiden yleisyydestä miesurheilijoilla harjoituskauden alussa
15:44	Jukka Hintikka	Kilpahiittäjien suolistomikrobisto liittyy parempiin rasva-arvoihin
15:50	Aku Nikander	Hyväksymis- ja omistautumisterapiaan pohjautuvan psyykkisen valmennuksen ohjelman vaikutus pelaajien psykologiseen hyvinvointiin
15:56	Maarit Valtonen	Hengitystieinfektioiden ennaltaehkäisy urheilujoukkueessa – onko oikeat lääkkeet löydetty?
16:02	Vesa Laatikainen-Raussi	Paluu harjoitteluun COVID-19 taudin jälkeen – tartuntarypäs maastohiittäjillä
16:08	Simon Walker (esitys etäyhteydellä)	Veteraanivoimailijoilla on suurempi lihasmassa ja luuntiheys kuin samaikäisillä kestävyysurheilijoilla ja vähän liikkuvilla

Liikuntalääketieteen päivät 2021 – suulliset tutkimusesittelyt

torstai 2.12.2021 klo 11.00–12.00

Sessio 3: Liikunta lapsena, nuorena ja iäkkäänä

Iso auditorio | pj. Tiina Saanijoki

11:00	Heidi Syväoja (esitys etäyhteydellä)	Fyysisen aktiivisuuden, kunnon ja motoristen taitojen merkitys matematiikan osaamiselle: Työmuisti välittävänä tekijänä
11:06	Kaisa Kaseva	Lapsuuden koulumatkaliikkumisen yhteys eri liikuntamuotoihin aikuisiässä
11:12	Matias Hilksa	Sitoutuminen alkuverryttelyohjelmaan vähentää vammaariskia lasten jalkapallossa
11:18	Mari Leppänen	Suorituskyvyn ja loukkaantumisariskin ristiriita – hyvä suorituskyky lisää loukkaantumisariskia lasten jalkapallossa
11:24	Laura Heikkilä	Urheilun kilpailullisen tavoitteen ja kehokokemuksen yhteydet nuorilla – TELS-tutkimus
11:30	Anna Kankaanpää	Nuoruuden elintavat näkyvät biologisessa ikääntymisessä nuorena aikuisuudessa
11:36	Tiina Savikangas	Liikuntaintervention vaikutukset fyysiseen aktiivisuuteen ja suorituskykyyn monisairailta, vähän liikkuvilla iäkkäillä henkilöillä
11:42	Mirjami Margaritis	Virtuaaliodellisuutta hyödyntävän harjoittelun vaikuttavuus ikääntyneiden kognitioon: järjestelmällinen kirjallisuuskatsaus ja meta-analyysi
11:48	Katri Turunen (esitys etäyhteydellä)	Iäkkäiden ihmisten kaatumisten ehkäisy: liikunta- ja kognitioharjoittelun vaikutus 70–85-vuotiaiden miesten ja naisten kaatumisiin ja kaatumispelkoon pelkkään liikuntaharjoitteluun verrattuna
11:54		

Sessio 4: Liikkumisaktiivisuuteen yhteydessä olevat tekijät

Kokoustila Carl Gustav | pj. Maarit Piirtola

11:00	Tuija Leskinen	Fyysisen aktiivisuuden trajektorit arkena ja viikonloppuna
11:06	Henri Vähä-Yypä	Joko on aika nostaa istuminen terveystoiminnaksi?
11:12	Pauliina Husu	Koettu terveys on yhteydessä vapaa-ajan liikkumiseen ja paikallaanoloon sekä uneen
11:18	Essi Ahokas	Kuukautisilla ei ole vaikutusta fyysisesti aktiivisten naisten sykevälivaihteluun tai itsearvioituun unen laatuun
11:24	Korpisaari Maija	Vihreys modifioi fyysisen aktiivisuuden ja sykevälivaihtelun yhteyttä – Pohjois-Suomen syntymäkohortti 1966-tutkimus
11:30	Soile Puhakka	Asuinympäristön maiseman diversiteetin yhteys fyysiseen aktiivisuuteen ja kardiorespiratoriseen kuntoon keski-ikäisillä – Pohjois-Suomen syntymäkohortti 1966-tutkimus
11:36	Anna-Kaisa Karppanen	Temperamentin yhteys vapaa-ajan liikunta-aktiivisuuteen aikuisuudesta keski-ikään – Pohjois-Suomen syntymäkohortti 1966
11:42	Anna Tirkkonen	Keski-ikäisten naisten kognition ja kävelyn välinen yhteys
11:48	Tiina Föhr (Elina Sillanpää esittää)	Epigeneettisen iän yhteys ikääntyvien naisten fyysisen toimintakyvyn muutokseen kolmen vuoden seurannan aikana
11:54	Olli Kattilakoski	Y-tasapainotestin erilaisten suoritustapojen toistettavuus terveillä liikuntaa harrastavilla aikuisilla